



## Curso “kayak surf”

### Módulos ACA “Essentials of kayak surf” nível 2/3

**Descrição:**

Para quem quer começar de maneira segura no kayak surf e seguir evoluindo com manobras avançadas

**Objetivo:**

Entender os tipos de praias, tipos de ondas e séries. Passar a arrebentação, pegar a onda e manobras básicas. Nível 3, manobras avançadas.

**Local:**

Bertioga, SP, próximo ao Forte, na saída do canal. Geralmente utilizamos o estacionamento, com ducha e banheiros, que fica na esquina da Av. Tomé de Souza (Av. da Praia) com R. Jorge Ferreira.

**Duração:**

1 dia, das 9h00 as 17h00

**Cursos complementares:**

Para melhor aproveitamento do curso de Kayak Surf, recomendável Curso Fundamentos da Canoagem Oceânica (nível 2), Curso Técnicas Avançadas e Resgate (nível 3) e Zona de Surf (nível 4) ou habilidades equivalentes

**Programa:**

- Equipamentos: remo, colete, capacete, caiaque de surf
- Teoria sobre a formação de ondas, diferentes tipos de praias e arrebentações (perigos, correntes, como o vento afeta as ondas, canal, pico, série)
- Partes e tipos de onda (lip, parede, espuma, onda gorda, cavada, fechando, abrindo, posicionamento na onda)
- Saber identificar e entender as séries e a hora certa de entrar e sair
- Dominar o caiaque na espuma (apoios alto e baixo, surf de lado)
- Etiqueta e regras de segurança do surf (preferências)
- Remadas: frente e ré, parar o caiaque, apoio alto e baixo, varredura, leme de popa e proa)
- Manobras: descer onda reto e na diagonal, inclinação do corpo frente/ trás, bottom turn. Manobras nível 3: top turn (rasgada), floater, 360, cut back

**Inclui:**

Equipamentos (caiaque, remo, saia, colete, capacete)  
Certificado de participação no curso



**Valor:**

R\$ 350,00 à vista ou 3 x R\$ 124,00

Aventureiro programado tem desconto!

10% de desconto para reservas com até 2 semanas de antecedência

5% de desconto para reservas com até 1 semana de antecedência